

**KONSEP KEBAHAGIAAN KI AGENG SURYOMENTARAM
SEBAGAI SOLUSI MENGATASI MASALAH INDIVIDU**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Oleh :
ILHAM NUR YAHYA
1717101061**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2021**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ilham Nur Yahya
NIM : 1717101061
Jenjang : S-1
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H.
Saifuddin Zuhri Purwokerto
Judul Skripsi : **Konsep Kebahagiaan Ki Ageng
Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi
Masalah Individu**

Menyatakan dengan ini sesungguhnya skripsi saya ini adalah asli hasil karya saya atau penelitian saya sendiri dan bukan dari karya orang lain, serta jika ada kutipan dalam skripsi ini ditulis sumber yang didapat.

Purwokerto, 14 Oktober 2021

Yang Menyatakan



Ilham Nur Yahya
NIM. 1717101061



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

**PENGESAHAN
Skripsi Berjudul**

**KONSEP KEBAHAGIAAN KI AGENG SURYOMENTARAM
SEBAGAI SOLUSI MENGATASI MASALAH INDIVIDU**

Yang disusun oleh **Iham Nur Yahya** NIM. 1717101061 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari **Rabu** tanggal **27 Oktober 2021** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.
NIP. 19741226 200003 1 001

Sekretaris Sidang/Penguji II

Dr. Alief Budiyo, M.Pd.
NIP. 19790217 200912 1 003

Penguji Utama

Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.
NIP. 19691219 199803 1 001

Mengesahkan,

Purwokerto, 29 Oktober 2021

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.
NIP. 19691219 199803 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri
Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto
Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi Ilham Nur Yahya, NIM 1717101061 yang berjudul: **Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu,**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Purwokerto, 14 Oktober 2021

Pembimbing


Dr. Muskinul Fuad, M.Ag
NIP. 19741226 200003 1 001

MOTTO

فان مع العسر يسرا (الانشراح : هـ)

Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan (QS. Al Insyirah: 5)¹



¹Ahmad Hatta, *Tafsir Al Qur'an Per Kata*, (Jakarta: Maghfirah, 2017), hlm. 596

Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu

Ilham Nur Yahya
NIM. 1717101061

ABSTRAK

Setiap orang pasti menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Untuk itu, ia akan melakukan berbagai upaya untuk mendapatkan kebahagiaan itu. Kebahagiaan menjadi tujuan dari setiap manusia dengan berbagai macam cara untuk meraih kebahagiaan. Cara yang baik dan benar dalam meraih kebahagiaan yang sesuai ajaran agama. Berdasarkan pengalaman dari Ki Ageng Suryomentaram yang telah dilaluinya dalam meraih kebahagiaan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konsep **kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram sebagai solusi mengatasi masalah individu**

Penelitian ini penelitian pustaka atau *library research*, yaitu kegiatan penelitian yang dilakukan dengan melakukan penghimpunan data dari berbagai literatur dalam perpustakaan. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif yang bersifat deskriptif. Data yang terkumpul berupa kata-kata, kalimat, keterangan atau gambar, tidak menekankan pada angka. Metode pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi berupa dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*) dan biografi. Analisis data menggunakan teknik *content analysis* atau analisis isi untuk menganalisis isi maupun pengelolaan pesan terhadap makna yang terkandung dalam sumber primer dan sekunder serta mempunyai fungsi mengungkapkan makna simbolik yang tersamar.

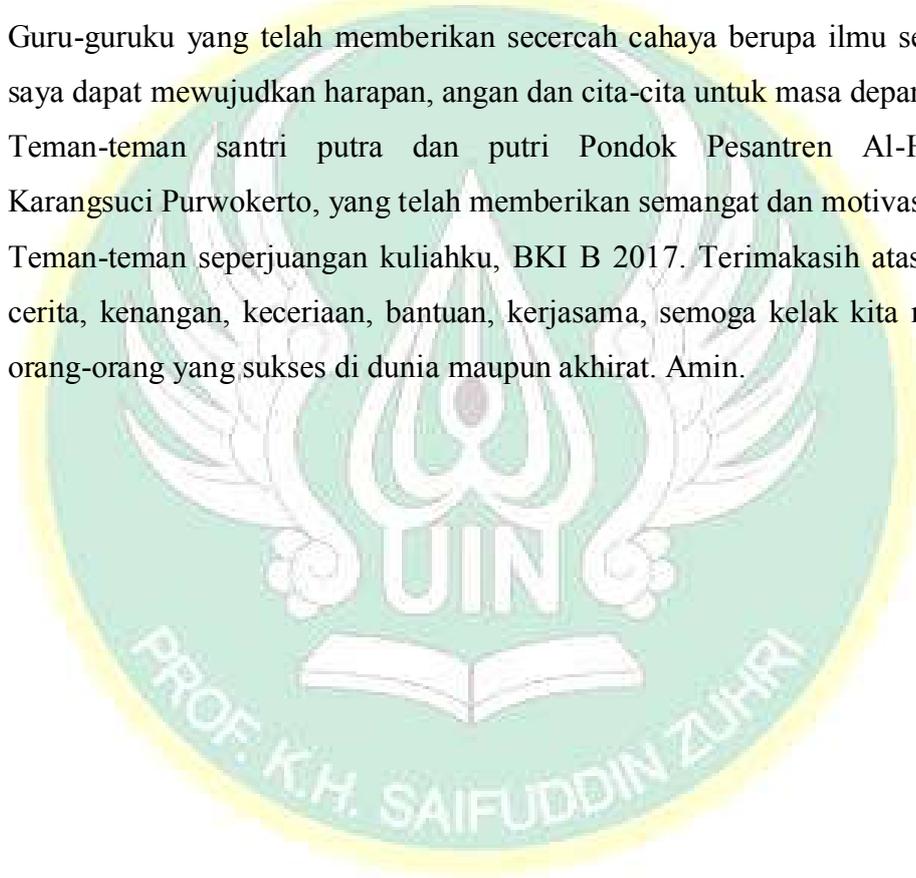
Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram meliputi konsep tentang makna kebahagiaan, tolok ukur kebahagiaan, karakteristik orang bahagia dan upaya meraih kebahagiaan melalui cara-cara yang baik dan benar yaitu secara wajar, tidak serakah, tidak ambisius dan tidak melampaui batas, menghilangkan sifat iri, sombong, rasa menyesal dan khawatir, tidak melakukan takhayul dan syirik, sabar, berani dan memiliki rasa bebas, mengendalikan keinginan dan hawa nafsu, mawas diri dan saling menolong untuk mewujudkan kebahagiaan bersama yang sejalan dengan konsep para psikolog atau konselor.

Kata Kunci : Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa bersyukur dan bahagia, skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang tercinta:

1. Kedua orang tua yang telah mendidik dan membimbing kami dengan penuh kasih sayang, yang terus berjuang dengan segenap jiwa dan raga bagi kesuksesan saya. Kepada mereka kucurahkan semua baktiku. Kepada seluruh keluarga tercinta, terimakasih atas motivasi, doa dan kebaikan kalian.
2. Guru-guruku yang telah memberikan secercah cahaya berupa ilmu sehingga saya dapat mewujudkan harapan, angan dan cita-cita untuk masa depan.
3. Teman-teman santri putra dan putri Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangsucu Purwokerto, yang telah memberikan semangat dan motivasi.
4. Teman-teman seperjuangan kuliahku, BKI B 2017. Terimakasih atas segala cerita, kenangan, keceriaan, bantuan, kerjasama, semoga kelak kita menjadi orang-orang yang sukses di dunia maupun akhirat. Amin.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, penulis bersyukur kepada Allah SWT, dengan ridlo-Nya penyusunan tugas akhir ini dapat terselesaikan. Skripsi dengan judul "*Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu*" adalah bagian dari segala daya upaya yang penulis lakukan.

Terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesainya skripsi ini:

1. Dr. KH. Moh Roqib, M.Ag, Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M. Ag, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah M.Si, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag, selaku Penasihat Akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tempat, tenaga dan pikirannya untuk mengarahkan dan membimbing peneliti dalam penelitian skripsi ini.
5. Para dosen dan Staf Administrasi Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Pengasuh pondok pesantren Al Hidayah Karangsucu Purwokerto, Dra. Hj. Nadhiroh Noeris beserta keluarga yang penulis ta'zimi
7. Segenap dewan ustadz dan ustadzah pondok pesantren Al Hidayah Karangsucu Purwokerto yang penulis ta'zimi dan harapkan barokah ilmunya.
8. Teman-teman MDSA kelas 2 Aliyah dan kamar "LPBA" pondok pesantren Al Hidayah Karangsucu Purwokerto, sebagai teman seperjuangan.
9. Kedua orang tua yang selalu mendo'akan dan mencurahkan kasih sayangnya dengan tulus, serta segenap keluarga yang telah memberikan banyak bantuan baik materil maupun non materil.

10. Seluruh teman seperjuangan BKI 2017.

11. Semua pihak terkait yang membantu penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu.

Kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan, demi kesempurnaan karya pada masa yang akan datang. Semoga karya ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca semuanya.

Purwokerto, 14 Oktober 2021

Penulis



Ilham Nur Yahya

NIM. 1717101061



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
HALAMAN MOTTO	v
ABSTRAK	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Definisi Operasional	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
E. Telaah Pustaka	9
F. Metode Penelitian	12
G. Sistematika Penulisan	15
BAB II TEORI KEBAHAGIAAN	17
A. Makna Kebahagiaan	17
B. Tolok Ukur Kebahagiaan.....	20
C. Mengukur Kebahagiaan	22
D. Karakteristik Kebahagiaan.....	26
E. Aspek-aspek Kebahagiaan	29
F. Pengaruh Kebahagiaan dalam Kehidupan	33
G. Tingkatan Kebahagiaan	34
H. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan	35
I. Teori-teori Kabahagiaan	37

J. Upaya Meraih Kebahagiaan	41
BAB III BIOGRAFI KI AGENG SURYOMENTARAM	46
A. Nama dan Gelar	46
B. Silsilah dan Keturunan.....	47
C. Pendidikan	48
D. Agama dan Kepercayaan.....	49
E. Pengalaman	50
F. Pekerjaan.....	51
G. Organisasi.....	51
H. Ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram.....	51
BAB IV KONSEP KEBAHAGIAAN KI AGENG SURYOMENTARAM	54
A. Makna Kebahagiaan.....	54
B. Tolok Ukur Kebahagiaan.....	58
C. Karakteristik Orang Bahagia	60
D. Cara Meraih Kebahagiaan.....	61
BAB V PENUTUP	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	78
C. Kata Penutup.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	83
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	90

PEDOMAN TRANSLITERASI

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	s\ʾa	S	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	h}a	H{	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	z\al	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	s}ad	Ṣ	es (dengan koma di bawah)
ض	d}ad	D{	de (dengan titik di bawah)
ط	t}a	T{	te (dengan koma di bawah)
ظ	d}a	Z{	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	...'	koma terbalik di atas
غ	Gain	G	ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	lam	L	El
م	Mim	M	Em

ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah`....	Apostrof
ي	Ya	ya	Ye

2. Vokal

a. Vokal Tunggal (*monoftong*)

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ	Fathah	A	A
◌ِ	Kasrah	I	I
◌ُ	D}amah	U	U

كَتَبَ : ditulis *kataba* ذُكِرَ : ditulis *z}ukira*

يَذُوبُ : ditulis *yaz}habu*

b. Vokal rangkap (*diftong*).

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan huruf	Nama
◌َ...◌ِ	fath}ah dan ya	Ai	a dan i
◌َ...◌ِ	fath}ah dan wawu	Au	a dan u

كَيْفَ : ditulis *kaifa*

حَوْلَ : ditulis *h}aula*

3. Maddah.

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan huruf	Nama
◌َ...◌ِ...◌َ	fath}ah dan alif atau ya	aa	Dua huruf a
◌ِ...◌ِ	kasrah dan ya	ii	Dua huruf i
◌ِ...◌ِ	d}ammah dan wawu	uu	Dua huruf u

قَالَ : ditulis *qa>la*

قِيلَ : ditulis *qi>la*

رَمَى ditulis *rama*>

يَقُولُ ditulis *yaqu*>*lu*

4. **Ta' marbu>ṭah di akhir kata.**

Transliterasi untuk *ta' marbu>ṭah* ada dua

a. *Ta' marbu>ṭah* hidup ditulis /t/.

b. *Ta' marbu>ṭah* mati ditulis /h/.

قَبِيضَةٌ ditulis *qabi*>*d}ah*

c. Kalau pada suatu kata yang akhir katanya *ta' marbu>t}ah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al*, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka *ta' marbu>t}ah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

طَلْحَةٌ ditulis *ṭalh}ah*

التَّهْدَا ditulis *al-tahda*

5. **Syaddah (tasydid)**

Syaddah (tasydid) ditulis dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddah* itu dan ditulis dengan huruf konsonandobel.

رَبَّنَا ditulis *rabbana*>

الْبِرُّ ditulis *al-birr*

6. **Kata Sandang**

Kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun *qamariyah* ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya. Baik diikuti huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sambung/hubung.

Contoh:

الْقَلَمُ ditulis *al-qalamu*

7. Penulisan Kata-kata

Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat bisa dilakukan dengan dua cara; bisa perkata dan bisa pula dirangkaikan. Namun penulis memilih penulisan kata ini dengan dirangkaikan.

وَاللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ ditulis *Wa inna Alla>h lahuwa khair al-ra>ziqi>n*



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang pasti menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Untuk itu, orang akan melakukan berbagai upaya dan mengerahkan segenap kemampuannya untuk mendapatkan kebahagiaan. Apapun aktivitas yang dilakukan orang, pada hakikatnya bertujuan untuk mendapatkan kepuasan, kesenangan dan kebahagiaan.

Orang bekerja keras tanpa mengenal lelah siang dan malam adalah untuk mendapatkan kebahagiaan. Orang menuntut ilmu, belajar, menumpuk harta dan kekayaan, mengejar karir, popularitas, pangkat dan kedudukan, berobat ke dokter atau rumah sakit, mengorbankan nyawa dan harta, beribadah, mendatangi dan meminta pertolongan kepada paranormal atau dukun, berfoya-foya dalam pesta bahkan mencuri, korupsi, membunuh, mengkonsumsi atau menjual minuman keras, narkoba, berzina, dan sebagainya muaranya adalah untuk mencari jalan mendapatkan kepuasan, kesenangan dan kebahagiaan.²

Kebahagiaan begitu berharga dalam hidup seseorang, sehingga apapun bisa dilakukan untuk mendapatkannya. Aidh Al Qarni mengatakan bahwa di antara nikmat terbesar dalam hidup adalah kebahagiaan, ketentraman dan ketenangan hati. Sebab dalam kebahagiaan hati terdapat keteguhan pikir, produktifitas yang bagus dan keriangian jiwa. Siapa yang mengetahui cara mendapatkan, merasakan dan menikmati kebahagiaan, maka ia akan dapat memanfaatkan berbagai kenikmatan dan kemudahan hidup.³ Kebahagiaan menjadi motif paling dasar bagi setiap perbuatan yang dilakukannya. Namun demikian, tidak semua orang dapat menemukan jalan untuk meraih kebahagiaan dengan mudah. Sebagian orang harus menempuh jalan yang berat dan berliku bahkan kadang aneh dan menyimpang dari norma-norma yang berlaku.

²Syeikh Musthafa Al Ghalayini, *Bimbingan Manuju Akhlak Luhur*, Terj. Moh. Abdai Rathomy, (Semarang: Toha Putra, tt), hlm. 183

³Aidh Al Qarni, *La Tahzan Jangan Bersedih*, (Jakarta: Qisti Press, 2008), hlm. 66

Istilah kebahagiaan, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai keadaan atau perasaan senang, tentram dan bebas dari segala sesuatu yang menyusahkan. Kebahagiaan berarti pula kesenangan dan ketentraman hidup lahir batin, keberuntungan atau kemujuran.⁴ Abdul Ghafur mengartikan kebahagiaan sebagai sesuatu yang dirasakan oleh manusia di antara berbagai sisi, kejernihan jiwa, ketentraman hati, kelapangan dada dan ketenangan batin.⁵ Pendapat yang lain mengartikan kebahagiaan sebagai segala sesuatu yang baik dan menyenangkan.⁶

Konsep kebahagiaan telah banyak dikaji dan dibahas oleh banyak kalangan dengan berbagai pespektif yang berbeda-beda antara yang satu dengan yang lainnya, sehingga menghasilkan makna yang berbeda-beda pula. Alma Yulianti Harmaini mengatakan bahwa kebahagiaan adalah suatu perasaan yang dapat dialami oleh semua orang, namun cara orang untuk mendapatkan kebahagiaan berbeda-beda tergantung bagaimana persepsi seseorang tentang kebahagiaan.⁷

Kebahagiaan sebagai hal yang relatif akan sangat dipengaruhi oleh bagaimana perspektif orang menilai dan mengindikasikan kebahagiaan serta apa tujuan hidupnya. Sebagian orang memandang bahwa kebahagiaan dicapai apabila hidup kaya raya dan bergelimang harta, semua keinginan terpenuhi, berkuasa, memiliki kedudukan terhormat dan berbagai kenikmatan dunia lainnya. Sebagian orang memandang bahwa kebahagiaan dapat dicapai dengan keimanan, ketakwaan dan amal saleh sehingga hidup bahagia di akhirat kelak.⁸

Islam menawarkan konsep kebahagiaan yang seimbang antara kebahagiaan hidup di dunia dan kebahagiaan hidup di akhirat. Rasulullah mengajarkan bahwa bukanlah kebaikan, orang yang meninggalkan akhirat

⁴ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2009), hlm. 114

⁵ Abdul Ghafur, *Jangan Bersedih*, (Jakarta: Qisti Press, 2005), hlm. 36

⁶ Syeikh Musthafa Al Ghalayini, *Bimbingan Manuju Akhlak Luhur...*, hlm. 182

⁷ Alma Yulianti Harmaini, *Peristiwa-Peristiwa Yang Membuat Bahagia*, *Jurnal Ilmiah Psikologi, Psymphic*, Vol. 1 No. 2 Juni 2014, hlm. 109

⁸ Usman Najati, *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*, Terj. Ahmad Rofi, (Bandung: Pustaka, 2000), hlm. 94

untuk mengejar kebahagiaan dunia dan meninggalkan kebahagiaan dunia untuk mengejar kebahagiaan akhirat sehingga dua-duanya diraih. Allah juga memerintahkan agar manusia mengejar kebahagiaan akhirat tanpa melupakan kebahagiaan dunia.⁹ Islam mengajarkan agar manusia memohon kepada Allah kebaikan (kebahagiaan) di dunia dan di akhirat.¹⁰

Kebahagiaan sebagai hal yang relatif, memungkinkan sesuatu yang dianggap atau dirasakan oleh seseorang sebagai hal yang menyenangkan dan membahagiakan, namun tidak bagi orang lain. Orang yang hidupnya kaya raya, memiliki banyak harta dan uang serta kedudukan tinggi belum tentu selalu bahagia dalam hidupnya. Banyak di antara mereka yang hidup dalam kegelisahan, kekurangan dan ketidakpuasan sehingga tidak merasakan kebahagiaan. Demikian pula, belum tentu orang miskin selalu hidup susah, sedih dan menderita. Banyak orang dapat menikmati hidup dengan bahagia dalam kemiskinan.¹¹

Secara umum, orang akan sepakat bahwa kebahagiaan adalah sesuatu yang baik dan menyenangkan, namun bentuk, corak dan macam kebahagiaan masih menjadi perdebatan.¹² Menurut plato kebahagiaan didapat melalui jiwa. Jiwa tersebut meliputi tiga bagian, yaitu akal, nafsu, dan kehendak. Kehendak dapat membuat kita mampu mengendalikan nafsu, sedangkan akal membantu menentukan kapan harus memenuhi atau menahan nafsu. Apabila ketiga unsur tersebut bisa seimbang maka pasti kebahagiaan diperoleh. Aristoteles berpendapat bahwa kebahagiaan ialah suatu kesenangan yang dicapai oleh setiap orang menurut kehendaknya masing-masing.¹³

Kebahagiaan dalam aspek psikologi sering dikaitkan dengan *well-being*, artinya kesejahteraan. Menurut Ryan dan Deci, *well being* meliputi pendekatan *hedonic* dan *eudaimonic*. Pendekatan *hedonic* menyatakan bahwa tujuan hidup adalah untuk mencapai kebahagiaan, kesenangan, mendapat

⁹ Ahmad Hatta, *Tafsir Al Qur'an Per Kata...*, hlm. 596

¹⁰ Ahmad Hatta, *Tafsir Al Qur'an Per Kata...*, hlm. 596

¹¹ Aidh Al Qarni, *La Tahzan Jangan Bersedih...*, hlm. 305

¹² Syeikh Musthafa Al Ghalayini, *Bimbingan Manuju Akhlak Luhur...*, hlm. 182

¹³ Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1987), hlm 25.

kenikmatan dan terhindar dari rasa sakit. Kebahagiaan dibentuk oleh tiga komponen, yaitu kepuasan hidup, adanya gairah positif dan tidak adanya gairah negatif. Pendekatan *eudaimonic* memandang kebahagiaan dari hasil tetapi pada proses untuk mencapai good life. Well-being merupakan suatu kondisi dimana individu memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, dapat membuat keputusan sendiri, memenuhi tujuan hidup, membuat hidup lebih bermakna, berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan diri serta memiliki kualitas hubungan yang baik.¹⁴

Psikologi positif yang dimotori oleh Seligman memfokuskan pada upaya menggali dan mengembangkan karakter yang merupakan sisi kekuatan manusia untuk mencapai kebahagiaan yang murni. Para ahli psikologi positif berpendapat bahwa hidup manusia akan lebih bermakna jika sisi positifnya bisa dikembangkan secara maksimal. Sisi positif itu adalah emosi positif yang berarti kebahagiaan.¹⁵

Kebahagiaan tidak memiliki bentuk baku. Kadang-kadang sesuatu yang dipandang bahagia oleh seseorang, tidak demikian bagi orang lain. Bahagia adalah suatu kesenangan yang dicapai oleh setiap orang menurut kehendak masing-masing. Menurut Epikuros yang menjadi ukuran baik dan buruknya tingkah laku manusia ialah kelezatan atau kesenangan. Oleh karena itu, pokok dasar dari etika adalah mencari kesenangan hidup yang merupakan sesuatu paling tinggi nilainya. Kesenangan hidup tidak berarti memiliki kekayaan dunia sebanyak-banyaknya, melainkan kesenangan badaniah dan rohaniah. Tubuh merasakan kesehatan dan kenikmatan, serta yang paling penting adalah kesenangan jiwa. Menurutny manusia hendaknya memiliki emosi yang stabil, baik dalam keadaan suka maupun duka, yakni tetap tenang jiwanya.

Kebahagiaan datang silih berganti. Tidak ada kebahagiaan yang bersifat tetap dan abadi. Kadang seseorang mengalami saat-saat bahagia, kemudian susah dan menderita. Hari ini bahagia mungkin besok susah dan

¹⁴Alma Yulianti Harmaini, *Peristiwa-Peristiwa Yang Membuat Bahagia...*, hlm. 109

¹⁵ Dian Yudhawati, *Implementasi Psikologi Positif dalam Pengembangan Kepribadian Manusia*, Jurnal PSYCHO IDEA, Vol. 16 No. 2, Juli 2018, hlm 113-114.

menderita. Kebahagiaan seseorang bisa saja berkurang bahkan mungkin hilang. Hal ini dapat terjadi ketika seseorang mengalami atau dihadapkan pada masalah-masalah dan kesulitan-kesulitan dalam hidupnya.

Setiap orang tidak lepas dari masalah-masalah dalam hidupnya, baik masalah yang dirasakan ringan maupun berat. Dalam kondisi tertentu, masalah-masalah yang dialami dapat menyebabkan tekanan dan guncangan jiwa, stress, depresi, terusik ketenangan hidupnya, sakit, putus asa dan sebagainya sehingga seseorang akan menderita dan kehilangan kebahagiaan. Demi kebahagiaan hidupnya, orang akan berusaha untuk keluar dengan menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya. Sebagian orang mungkin berhasil dan sebagian lagi mengalami kegagalan, kemudian berputus asa bahkan mungkin mengambil jalan pintas dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Orang yang optimis memiliki keyakinan bahwa setiap masalah hidup pasti ada solusi atau jalan keluarnya. Sebagaimana ditegaskan dalam Al Qur'an bahwa bersama kesulitan ada kemudahan.¹⁶ Maka ia akan berusaha mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya. Sebagian di antara mereka banyak yang menyelesaikan sendiri masalahnya dan sebagian lagi memerlukan bantuan orang atau pihak lain melalui arahan, bimbingan, nasihat atau petunjuk mengenai solusi atau pemecahan masalah. Maka dalam hal ini diperlukan peran penting bimbingan dan konseling dalam membantu seseorang menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi sehingga dapat menemukan kembali kebahagiaannya.

Bimbingan dan konsling Islam hadir memberikan solusi bagi setiap upaya orang dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling Islami merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan kebahagiaan di akhirat.¹⁷

¹⁶Ahmad Hatta, *Tafsir Al Qur'an Per Kata...*, hlm. 596

¹⁷ Ainar Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm. 12

Bimbingan dan konseling Islam sangat dibutuhkan untuk membimbing seseorang dalam memecahkan masalahnya, memahami arti dirinya dan membantunya menjadi lebih baik sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik, bahagia dan selaras sesuai dengan tuntunan petunjuk Allah.

Banyak tokoh yang membahas tentang kebahagiaan dari berbagai aspek atau sudut pandang yang berbeda-beda seperti Plato, Aristoteles, Seligman, Sigmund Freud, Sokrates, Hipokrates, Imam Ghazali dan sebagainya. Salah satu tokoh dari Indonesia yang membahas tentang kebahagiaan adalah Ki Ageng Suryomentaram. Ia adalah seorang tokoh dari Jawa, tepatnya dari Kesultanan Yogyakarta, sebagai putra Sri Sultan Hamengkubuwono VII.

Suryomentaram ingin mendapatkan kebahagiaan sejati dengan melepaskan gelar kepangeranan dan kebangsawanannya. Ia hidup sebagai rakyat biasa, hidup sederhana dengan bekerja sebagai petani dan buruh kasar. Namun demikian, nama Suryomentaram akhirnya mendapat gelar “Ki Ageng”. Salah satu sebabnya adalah ia merupakan salah satu penggagas berdirinya Taman Siswa. Selain itu, di lingkup masyarakat Jawa, Ki Ageng Suryomentaram dikenal juga sebagai ahli pada bidang ilmu jiwa dan filsafat. Pemikiran-pemikiran briliannya tentang ilmu jiwa dan filsafat banyak tertuang di berbagai buku yang diterbitkan hingga sekarang. Apa yang menjadi pengamatan dan pengalaman empirik Ki Ageng Suryomentaram telah diceramahkan dan dituangkan kedalam beberapa karya tulis yang berisi tulisanceramah-ceramahnya tentang konsep bahagia yang diinginkan oleh setiap manusia.¹⁸

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis merasa tertarik untuk mengadakan penelitian tentang konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram. Hasil penelitian dituangkan dalam bentuk skripsi yang berjudul: ***Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu.***

¹⁸ Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram* (Sejarah, kisah, dan Ajaran Kemuliaan), (Yogyakarta: Araska Publisher, 2020), hlm 3.

B. Definisi Operasional

Untuk menghindari terjadinya kesalahpahaman tentang maksud penelitian ini, berikut ini penulis kemukakan definisi operasional dari beberapa istilah yang terdapat pada judul penelitian.

1. Konsep kebahagiaan

Kata konsep, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan rancangan.¹⁹ Konsep dapat diartikan sebagai sejumlah kesimpulan yang telah ditarik dari pengalaman dengan objek atau kejadian tertentu.²⁰ Chaplin mengartikan konsep sebagai suatu ide atau pengertian umum, biasanya disusun dengan satu kata, simbol atau tanda, suatu ide yang mengkombinasikan beberapa unsur dari sumber yang berbeda ke dalam satu gagasan.²¹

Kata kebahagiaan, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti kesenangan dan ketentraman hidup lahir batin, keberuntungan atau kemujuran yang bersifat lahir batin.²² Dalam bentuk kata benda lainnya, kebahagiaan itu siartikan sebagai kesenangan, keberuntungan, ketentraman hidup, dan kemujuran yang bersifat lahir batin. Dalam bentuk kata sifat berbahagia dapat diartikan sebagai beruntung.²³

Abdul Ghafur mengartikan kebahagiaan sebagai sesuatu yang dirasakan oleh manusia diantara berbagai sisi, kejernihan jiwa, ketentraman hati, kelapangan dada, dan tenang batin.²⁴ Menurut Syekh Musthafa Al Ghalayini, kebahagiaan adalah segala hal yang baik dan menyenangkan.

Konsep kebahagiaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu rancangan, ide atau pengertian umum tentang kebahagiaan. Dalam

¹⁹Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 997

²⁰<http://kbbi.web.id/konsep>, diakses pada 22 oktober 2020 pukul 05.00 WIB

²¹Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Raja Grafindo, 2008), hlm. 101

²²Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 114

²³ Abu Bakar MS, *Psikologi Transpersonal (Menenal Konsep Kebahagiaan dalam psikologi)*, *Jurnal Madania* Vol.8, No.2, 2018, hlm. 165.

²⁴Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemahan. Kartini Kartono, (Jakarta: Raja Grafindo, 2008) hlm. 364.

hal ini adalah konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram sebagai solusi mengatasi masalah individu yang sejalan dengan agama islam dalam implikasinya pada bimbingan dan konseling islam.

2. Solusi masalah individu

Kata solusi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai arti penyelesaian atau pemecahan dari suatu masalah.²⁵ Pemecahan masalah artinya proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan.²⁶ Masalah berarti hal yang membutuhkan penyelesaian atau harus dicarikan jalan keluarnya.²⁷

Solusi masalah individu yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses mencari dan menemukan jalan keluar dari masalah yang dialami atau dihadapi seseorang.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka masalah yang dibahas dalam penelitian inidrumuskan sebagai berikut: “Bagaimanakah konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram sebagai solusi mengatasi masalah individu?”

D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram sebagai solusi dalam mengatasi masalah individu.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto khususnya Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan dapat dijadikan referensi bagi penelitian-penelitian lain yang sejenis. Selain itu, hasil penelitian ini juga

²⁵<http://kbbi.web.id/solus>, diakses pada tanggal 5 februari pukul 09.40 WIB.

²⁶Suharnan, *Psikologi Kognitif*, (Surabaya: Srikandi, 2005), hlm. 6

²⁷Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 719

diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu referensi yang komprehensif bagi para konselor untuk membimbing klien keluar dari masalah yang dihadapinya sehingga dapat merasakan kebahagiaan dalam hidupnya.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil kejian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi peneliti mengenai konsep kebahagiaan terutama yang berasal dari sudut pandang Ki Ageng Suryomentaram yang dapat diaktualisasikan dalam kehidupan dalam mencari dan menemukan kebahagiaan hidup. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat mengenai cara menjalani kehidupan yang bahagia dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam.

E. Kajian Pustaka

Literatur *review* merupakan uraian tentang hasil-hasil penelitian yang mendukung terhadap pelaksanaan suatu penelitian karena ada relevansinya dengan masalah penelitian yang diteliti sehingga dapat dilakukan kajian dengan baik dan diperoleh data yang baik dan objektif serta terhindar dari unsur plagiat. Sebelum melakukan penelitian tentang konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram dalam buku *Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram*, terlebih dahulu penulis melakukan telaah terhadap beberapa referensi berupa hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian penulis. Hal tersebut dilakukan agar hasil penelitian yang penulis lakukan menjadi baik dengan menelaah penelitian yang terdahulu dan menggali beberapa teori dari para ahli. Berikut adalah hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian penulis.

1. Penelitian pertama, penelitian yang membahas tentang kebahagiaan yang berjudul "*Konsep Kebahagiaan dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-sya'rawi dan Psikologi Positif*" yang dilakukan oleh Imroatus Sholihah. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk kebahagiaan dalam Al-qur'an, kemudian mengkajinya untuk mengetahui bagaimana karakter orang-orang yang bahagia menurut Al-

Qur'an yang diinterpretasikan menurut Tafsir Mutawalli Asy-sya'rawi dan psikologi positif serta bagaimana upaya untuk mengantarkan orang mencapai kebahagiaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan integratif interkoneksi. Bahan data yang digunakan pada penelitian ini mencakup data primer dan data sekunder sesuai tema yang dikaji. Baik penelitian ini maupun penelitian penulis sama-sama mengkaji mengenai kebahagiaan. Jenis penelitian yang digunakan juga sama yakni penelitian *library research*. Perbedaan dengan penelitian penulis, objek penelitian yang dilakukan oleh Imroatus Sholihah lebih menjerus kepada kebahagiaan yang digali dari Al-qur'an yang ditafsirkan melalui sudut pandang Tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi yang ditulis oleh Syeh Muhammad Mutawalli Asy-Sya'rawi. Adapun objek penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah mengenai konsep kebahagiaan yang digali dari pemikiran seseorang bernama Ki Ageng Suryomentaram yang ditinjau dari perspektif bimbingan dan konseling Islam.²⁸

2. Penelitian kedua, Skripsi yang ditulis oleh Muhammad Rifqi Munif mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Negeri Salatiga yang berjudul "*Ranah Afektif dalam Perspektif Al-Ghazali (Kajian terhadap Kitab Kimia Al-Sa'adah)*." Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi pendidikan di Indonesia yang masih cenderung terfokus pada aspek kognitif saja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ranah afektif menurut kitab *Kimia' al-Sa'adah* dan bagaimana relevansi perspektif Al-Ghazali mengenai ranah afektif terhadap pendidikan di Indonesia. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *library research* atau studi kepustakaan yang bersifat deskriptif kualitatif. Dalam pengumpulan datanya penelitian ini menggunakan metode dokumentasi yang terdiri dari sumber primer berupa kitab *Kimia'Al-Sa'adah* dan sumber sekunder berupa kitab *Ihya' Ulumuddin* serta beberapa buku yang berhubungan dengan pembahasan. Metode yang digunakan adalah metode deduktif dan

²⁸Imroatus Sholihah, Konsep kebahagiaan dalam Al-Qur'an (Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi dan Psikologi Positif). *Tesis*, (Malang:Program Magister Studi Ilmu Agama Islam Pascasarjana UIN Maulana Malik Ibrahim), hlm xx.

induktif. Penelitian yang dilakukan Muhammad Rifqi Munif memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan penulis, yaitu sama-sama jenis penelitian *library research* dan berkaitan dengan kebahagiaan. Perbedaan penelitian terletak pada objek pembahasannya. Dalam hal ini penulis menitikberatkan pada pembahasan tentang kebahagiaan sedangkan penelitian Muhammad Rifqi Munif menitikberatkan pada ranah afektif.²⁹

3. Penelitian ketiga dilakukan oleh Ashari Okta Budi dengan judul “*Apakah Orang Miskin Bahagia? Studi Fenomenologi tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari.*” Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih banyaknya masyarakat yang hidup dibawah garis kemiskinan dan rendahnya kemampuan untuk bisa memenuhi kebutuhan pokok atau kebutuhan sehari-hari. Peneliti melakukan wawancara terhadap BD, AS dan SN warga Deleksari yang mengemukakan bahwa mereka masih bisa merasakan kebahagiaan, dengan cara menghargai apa saja yang ada pada diri sendiri, berkumpul dengan keluarga, dan bersyukur meski dalam keadaan yang serba kekurangan. Berdasarkan data tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai orang miskin bahagia untuk mengetahui gambaran kebahagiaan, faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan dan makna kebahagiaan pada masyarakat miskin di Dusun Deliksari.

Variabel dalam penelitian ini adalah kebahagiaan yang mempunyai tujuh aspek yaitu diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, waktu luang dan religius. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi struktural, observasi partisipan dan angket kuesioner tertutup. Keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dengan empat narasumber sekunder.

²⁹Muhammad Rifqi Munif, *Ranah Afektif dalam Perspektif Al-Ghazali (Kajian Kitab Ki Muhammad Rifqi Munif, Ranah Afektif dalam Perspektif Al-Ghazali (Kajian Kitab Kimia Al Sa'adah, dimuat dalam Skripsi, (Salatiga: Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institute Agama Islam Negeri Salatiga, 2017), hlm. x*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun berada dalam kondisi miskin mereka mampu menemukan kebahagiaan dengan taat beribadah, menerima keadaan atau *nrimo ing pandum*, bersyukur dan kebersamaan dengan keluarga. Selanjutnya penelitian ini menemukan penentu faktor-faktor kebahagiaan antara lain kebersamaan dengan keluarga, tolong menolong, bangga diberikan kesehatan, taat beribadah, bersyukur, humoris, pantang menyerah, menerima keadaan dan bahagia yang dimulai dari diri sendiri.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada persamaan pokok kajiannya yaitu tentang konsep kebahagiaan dan persamaan pendekatan penelitiannya, yaitu penelitian kualitatif. Adapun perbedaannya terletak pada jenis dan metode penelitiannya. Penelitian Ashari Okta Budi merupakan penelitian lapangan dengan desain penelitian fenomenologi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi struktural, observasi partisipan dan angket kuisisioner tertutup. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah penelitian kepustakaan atau *library research*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik dokumentasi.³⁰

4. Penelitian ke empat yang ditulis oleh Sidiq Rahmadi dari Program studi tasawuf dan psikoterapi fakultas ushuluddin dan dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta yang membedakan skripsi yang penulis tulis adalah konsep kebahagiaan untuk mengatasi masalah individu dalam meraih bahagia yang selaras dengan agama islam dalam bimbingan dan konseling islam

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian kepustakaan merupakan penelitian yang memanfaatkan sumber-sumber kepustakaan

³⁰Okiana Budi Ashari, *Apakah Orang Miskin Bahagia? Studi Fenomenologi tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari, Skripsi*, (Semarang: Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang), hlm. vii.

untuk memperoleh data penelitiannya. Riset atau studi kepustakaan membatasi kegiatannya hanya pada bahan-bahan koleksi perpustakaan atau sumber-sumber yang mendukung penelitian ini tanpa memerlukan riset lapangan.³¹

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif. Data yang dikumpulkan berupa data kualitatif. Menurut Sugiyono, data kualitatif adalah data yang berupa kata-kata, kalimat, keterangan baik lisan maupun tertulis atau gambar sehingga tidak menekankan pada angka.³²

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini didasarkan pada dua sumber, yaitu sumber data primer dan data sekunder

a. Sumber Primer

Sumber primer adalah sumber data pokok yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari objek penelitian dalam bentuk dokumen. Sumber data primer diartikan sebagai sumber data yang langsung diperoleh dari orang atau lembaga yang mempunyai wewenang dan tanggung jawab terhadap pengumpulan atau penyimpanan dokumen. Sumber semacam ini dapat disebut juga dengan *first hand source of information* atau sumber informasi tangan pertama.³³

Adapun yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah buku-buku yang membahas konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram dikaitkan dengan solusi dalam mengatasi masalah individu dalam perspektif bimbingan dan konseling Islam.

b. Sumber Sekunder

³¹ Muhammad Anas Ma'rifah, *Analisis Konsep Kompetensi Kepribadian Guru PAI Menurut Az-Zarnuji Istawa, Jurnal pendidikan Islam*. Vol. 2 No 2, Januari-juni 2017, hlm. 39-40.

³² Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D), (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 22

³³ Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2011), hlm. 152.

Sumber data sekunder adalah sumber data yang dikumpulkan oleh peneliti sebagai penunjang sumber utama.³⁴ Sumber data yang diperoleh lewat pihak lain yang mendukung atas kejelasan suatu masalah yang diteliti. Dalam hal ini sumber sekunder yang dimaksud berupa buku-buku maupun artikel, jurnal maupun lainnya sebagai sumber penunjang.

Adapun yang menjadi sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah beberapa buku, artikel dan jurnal yang memiliki persamaan pembahasan dengan penelitian yang penulis lakukan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi yang diperlukan. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik dokumentasi.

Teknik dokumentasi adalah teknik mengumpulkan data yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, agenda, catatan harian dan sebagainya.³⁵ Teknik dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen, baik dokumen tertulis, gambar maupun elektronik. Dokumen yang dihimpun kemudian dipilih sesuai dengan tujuan dan fokus penelitian.³⁶

Dokumen adalah setiap bahan tertulis, gambar atau film. Dokumen adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen biasa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), biografi, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya gambar hidup, sketsa. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni yang dapat berupa patung atau film. Data jenis dokumen mempunyai

³⁴ Sumardi Suryabrata, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Rajawali Press, 1987), hlm. 93.

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hlm. 157

³⁶ Nana Saodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hlm. 22

sifat tak terbatas pada ruang dan waktu sehingga bisa dipakai untuk menggali informasi dimasa silam.

Data yang akan dikumpulkan pada penelitian ini adalah data yang memuat pembahasan mengenai konsep kebahagiaan secara umum dan biografi serta pemikiran Ki Ageng Suryomentaram terkait dengan konsep kebahagiaan sebagai solusi mengatasi masalah individu dalam perspektif bimbingan dan konseling Islam.

4. Analisis Data

Analisis data adalah usaha untuk memberikan interpretasi terhadap data yang dikumpulkan kemudian disusun dalam sebuah teori kalimat tertentu. Analisis data juga dapat diartikan suatu proses pengurutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori dan kesatuan uraian dasar.³⁷

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif karena menghasilkan data kualitatif. Penelitian ini juga merupakan penelitian diskripsi karena bersifat membuat deskripsi tentang suatu objek.

Analisis data dalam penelitian ini juga menggunakan analisis isi (*content analysis*) adalah suatu teknik penelitian yang dimanfaatkan untuk menarik kesimpulan yang replikatif dan shahih dari data atas dasar konteksnya. Holstik memberikan definisi lain mengenai analisis isi yaitu teknik yang digunakan untuk menarik kesimpulan melalui usaha untuk menemukan karakteristik pesan, dan dilakukan secara obyektif dan sistematis.³⁸

G. Sistematika Penulisan

Skripsi ini disusun dengan sistematika yang terdiri dari bagian awal, bagian isi dan bagian akhir skripsi. Bagian awal terdiri dari halaman judul, pernyataan keaslian, pengesahan, nota dinas pembimbing, abstrak, persembahan, kata pengantar, daftar isi dan pedoman transliterasi.

³⁷ Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya), hlm. 279.

³⁸ Soejono Abdurrahman, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Grafindo Persada, 1999), hlm. 103.

Bagian isi skripsi terdiri dari lima bab dan masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab sebagai berikut:

Bab pertama terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab kedua berisi pembahasan tentang teori kebahagiaan yang meliputi makna kebahagiaan, tolok ukur kebahagiaan, mengukur kebahagiaan, karakteristik kebahagiaan, aspek-aspek kebahagiaan, pengaruh kebahagiaan, teori-teori kebahagiaan, faktor-faktor yang memengaruhi kebahagiaan dan upaya meraih kebahagiaan.

Bab ketiga berisi pembahasan mengenai biografi Ki Ageng Suryomentaram yang meliputi nama, silsilah, pendidikan, agama, karya-karya, pekerjaan dan pemikiran-pemikirannya.

Bab keempat berisi pembahasan tentang konsep kebahagiaan menurut pemikiran Ki Ageng Suryomentaram.

Bab kelima berisi tentang kesimpulan dan saran-saran.

Bagian akhir skripsi berisi daftar pustaka, lampiran-lampiran dan daftar riwayat hidup.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan kajian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram antara lain mencakup konsep tentang makna kebahagiaan, tolok ukur kebahagiaan, karakteristik orang bahagia dan upaya meraih kebahagiaan melalui cara-cara yang baik dan benar yaitu secara wajar, tidak serakah, tidak ambisius dan tidak melampaui batas, menghilangkan sifat iri, sombong, rasa menyesal dan khawatir, tidak melakukan takhayul dan syirik, sabar, berani dan memiliki rasa bebas, mengendalikan keinginan dan hawa nafsu, mawas diri dan saling menolong untuk mewujudkan kebahagiaan bersama yang sejalan dengan konsep para psikolog atau konselor.

B. Saran

Berdasarkan kajian tersebut di atas, penulis menyampaikan saran kepada setiap individu tentang perlunya mengetahui, memahami, menerapkan dan membiasakan konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram tentang kebahagiaan dalam rangka meraih kebahagiaan hidup dengan benar-benar memahami hakikat kebahagiaan agar dapat menemukan kebahagiaan yang sejati dan tidak salah jalan dalam meraih kebahagiaan, tetapi meraih kebahagiaan melalui cara-cara yang baik dan benar sesuai dengan tuntunan Allah dan Rasul-Nya.

Bagi para psikolog atau konselor muslim kontemporer dapat menambah khazanah pengetahuan yang dapat dijadikan referensi dalam memberikan bimbingan kepada orang lain dalam meraih kebahagiaan dengan memoles atau memasukkan nilai-nilai religius di dalamnya.

Penulis juga menyampaikan saran kepada para peneliti selanjutnya yang sejenis untuk melakukan kajian dan pengembangan lebih luas dan mendalam tentang konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram dari aspek yang berbeda untuk lebih memperkaya khazanah keilmuan terutama di bidang psikologi serta bimbingan dan konseling Islam.

C. Kata Penutup

Puji syukur alhamdu lillaah, penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas pertolongan-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan lancar.

Penulis menyadari akan banyaknya kekurangan dan kesalahan pada skripsi ini. Kritik dan saran penulis harapkan dari semua pihak untuk pernaikan selanjutnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Al Ghalayini, Syeikh Mustafa. Tt. *Bimbingan Manuju Akhlak Luhur*, Terj. Moh. Abdai Rathomy, Semarang: Toha Putra
- Aidh Al Qarni. 2008. *La Tahzan Jangan Bersedih*, Jakarta: Qisti Press
- Anwar, Rosihan. 2010. *Akhlak Tasawuf*, Bandung: CV. Pustaka Setya
- Abdurrahman, Soejono. 1999. *Metode Penelitian; Suatu Pemikiran dan Penerapan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Achmad, Sri Wintala. 2020. *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram: Sejarah, kisah, dan Ajaran Kemuliaan*. Yogyakarta: Araska Publisher.
- Ashar, Okiana Budi. 2016. *Apakah Orang Miskin Bahagia? Studi Fenomenologi tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari. Skripsi*. Semarang: Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Ansori Al Mansor, 2001. *Jalan Kebahagiaan*, Jakarta: Raja Grafindo
- Burdah, Ibnu. 2011. *Kebahagiaan Sejati*, Yogyakarta: Titian Wacana
- Bakry, Oemar. 2000. *Akhlak Muslim*, Bandung: Angkasa
- Bertens, K. 1999. *Sejarah Filsafat Yunani*. Yogyakarta: Kanisius
- Bagir, Haidar. 2006. *Buku Saku Filsafat Islam*, Bandung: Mizan Pustaka
- Chaplin. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan. Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo.
- Dirham, M. Iqbal. 2011. *Panduan Meraih Kebahagiaan Menurut Al Qur'an*, Jakarta: Mizan Publika
- Elfiky, Ibrahim. 2009. *Terapi Berpikir Positif Terj.* Khalifurrahman Fath dan M. Taufik Damas, Jakarta: Zaman
- Faqih, Aunur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Fuad, Muskinul. 2015. *Psikologi Kebahagiaan Manusia*, Jurnal Komunika, Vol. 9, No. 1, Januari-Juni 2015
- Fitriyah, Lailatul. 2016. *Jangan Terlalu Materialistik! Materialistik sebagai Tolak Ukur Kepuasan Hidup*, Psikovdya, Vol. 20, No. 1, April 2016

- Ghafur, Abdul. 2005. *Jangan Bersedih*, Jakarta: Qisti Press
- H.D, Bastaman. 2007. *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hamka, *Tasawuf Modern*. 1987. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hurlock, EB. 2000, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga
- Harmaini, Alma Yuliani, 2014. *Peristiwa-Peristiwa Yang Membuat Bahagia*, *Jurnal Ilmiah Psikologi, Psympathic*, Vol. 1 No. 2 Juni 2014
- Hatta, Ahmad, 2017. *Tafsir Al Qur'an Per Kata*, Jakarta: Maghfiroh
- Husen, Yenni Mutia. 2018. *Metode Pencapaian Kebahagiaan dalam Perpektif Al-Ghazali. Skripsi*. Banda Aceh: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh.
- Jusmiati, 2017. *Konsep Kebahagiaan Martin Seligman*, *Jurnal Rausyan Fikr*, Vol. 13, No. 2, Desember 2017
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setya
- Masdudi, 2015. *Bimbingan dan Konseling*, Cirebon: Nurjati Press
- Suharnan, 2006. *Psikologi Kognitif*, Surabaya: Srikandi
- Ma'rifah, Muhammad Anas. 2017. *Analisis Konsep Kompetensi Kepribadian Guru PAI Menurut Az-Zarnuji Istawa*, *Jurnal pendidikan Islam*. Vol. 2 No 2, Januari-Juni 2017. Mojokerto: Institut Pesantren KH Abdul Chalim.
- Moleong, Lexy J. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Martin, Seligman EP. 2005. *Autentic Happiness*, Bandung: Mizan Pustaka
- Myers, David G. 2002. *Social Psychology*, Jakarta: Salemba Humanika
- Mustaqim, Abdul. 2013. *Akhlak Tasawuf*, Yogyakarta: Kaukaba
- MS, Abu Bakar. 2018. *Psikologi Transpersonal Mengenal Konsep Kebahagiaan dalam Psikologi*. *Jurnal Madania*. Vol. 8. No. 2.
- Munif, Muhammad Rifqi. 2017. *Ranah Afektif dalam Perspektif Al-Ghazali (Kajian Kitab Kimia Al-Sangadah. Skripsi*. Salatiga: Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institute Agama Islam Negeri Salaltiga.

- Najati, Usman. 1997. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka.
- Prayitno dan Amti, Erman. 2015. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitorini, Yulia Woro. 2012. *Tingkah Laku Proposal dan Kebahagiaan*, Semarang: Prodi Psikologi Unika Soegijapranata
- Rakhmat, Jalaluddin. 2006. *Meraih Kebahagiaan*. Bandung: Simbiosis Rekamata Media.
- Rahman, Putri Aulia. 2016. *Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Lansia Muslim*, Skripsi Publikasi, Fak. Psikologi Universitas Sumatra Utara
- Rofi'udin, 2013. *Konsep Kebahagiaan dalam Pandangan Psikologi Sufistik*, Jurnal Teologia, Vol. 24, No. 2, Juli-Desember 2013
- Sholihah, Imrotus. 2016. *Konsep Kebahagiaan dalam Al Qur'an (Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi dan Psikologi Positif)*. Tesis. Malang: Program Magister Studi Ilmu Agama Islam Pascasarjana UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Sugiyono. 2014. *Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surya, Muhammad. Tt. *Bina Keluarga*, Semarang: Aneka Ilmu
- Sukmadinata, Nana Saodih. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sunarto, Ahmad. 2016. *Indahnya Akhlak Rasulullah*, Surabaya: Menara Suci
- Suryomentaram, Ki Ageng. 1990. *Filsafat Hidup Bahagia*, Jakarta: Haji Masagung
- _____, 2020. *Kawruh Begja Sawetah*, Yogyakarta: Maja
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. 2009. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka
- Tarmizi, 2018. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Medan: Perdana Publishing
- Ya'qub, Hamzah. 2000. *Tingkat Kebahagiaan Seorang Mukmin*, Surabaya: Bina Ilmu

Yudhawati, Dian. 2018. *Implementasi Psikologi Positif dalam Pengembangan Kepribadian Manusia. Jurnal PSYCHO IDEA*. Vol. 16 No. 2. Juli.

